

TABLE DES MATIÈRES

- Avant-propos VII

FONDEMENTS THÉORIQUES DU MASSAGE

1 ORIGINE DU MASSAGE CLASSIQUE	3
2 TECHNIQUES DU MASSAGE CLASSIQUE	5
• Effleurage	5
• Pétrissage.....	11
• Friction.....	19
• Massage des fascias sous-cutanés.....	22
3 SIÈGE – MODE D’ACTION – EFFETS	24
• Localisation du massage : la musculature	24
• Effets du massage	43
• Modes d’action du massage.....	44
4 INDICATIONS	54
• Troubles locaux des tissus conjonctifs sous-cutanés	59
• Troubles de la musculature.....	59
• Troubles des retours veineux et lymphatique	75
• Troubles végétatifs.....	75
• Syndrome fibromyalgique	75
5 CONTRE-INDICATIONS	80
• Contre-indications absolues.....	80
• Contre-indications temporaires.....	90
• Contre-indications relatives.....	92
6 EXERCICES RELATIFS À LA PREMIÈRE PARTIE	95
• Solution des exercices	95

TECHNIQUES SPÉCIALES DE MASSAGE DE L'APPAREIL LOCOMOTEUR

1 BASES DE LA MASSOTHÉRAPIE	99
• Conclusions médicales.....	101
• La salle de massage.....	117
• Les mains du praticien masseur.....	117
• La position du praticien masseur	118
• Préparation de la peau de la région du corps à masser.....	118
• Installation du patient et équipement requis.....	120
• Exécution du massage	122
• Douleurs et massage	124
• Les erreurs techniques les plus courantes.....	126
2 MASSAGE DES DIFFÉRENTES PARTIES DU CORPS	129
• Massage du dos	129
• Massage de la région de la nuque.....	135
• Massage de la région de l'épaule.....	137
• Massage des membres supérieurs.....	146
• Massage de la région lombaire.....	153
• Massage de la région de la hanche.....	155
• Massage des membres inférieurs	159
• Massage du torse	172
• Massage de l'abdomen.....	173
• Massage et kinésithérapie.....	176

MÉTHODES SPÉCIALES DE MASSAGE

1	MASSAGE DES TISSUS CONJONCTIFS	179
2	STIMULATION DU DRAINAGE VEINEUX ET DU RETOUR LYMPHATIQUE	180
	• Physiologie	180
	• Physiopathologie	181
3	TRAITEMENT DES MALADIES DU SYSTÈME LYMPHATIQUE	184
	• Modifications du système lymphatique ...	184
	• Thérapie	185
	• Drainage lymphatique	185
4	HYDROMASSAGE SUBAQUATIQUE	187
5	BÂTONS DE MASSAGE	189
6	FRICION TRANSVERSALE PROFONDE	191
7	MASSAGE SPORTIF	193
8	MASSAGE DU PÉRIOSTE	196
9	MASSAGE SEGMENTAIRE	197
10	MASSAGE DU CÔLON SELON VOGLER	198
11	MOBILISATION ARTICULAIRE SELON KLEIN-VOGELBACH ET MASSAGE MOBILISANT	199

12	MASSAGE MANIPULATIF SELON LE DR TERRIER	200
13	MASSAGE PLANTAIRE DES ZONES RÉFLEXES	201
14	ÉLECTROTHÉRAPIE	202
	• Avertissement	202
	• Domaines d'application	203
	• Fréquence	204
	• Quantités	204
	• Neurostimulation électrique transcutanée (TENS)	205
	• Courant interférentiel	206
	• Traitement par les hautes fréquences	207
	• Synthèse	208
	• Glossaire	214
15	EXERCICES RELATIFS À LA TROISIÈME PARTIE ET CONTRÔLE PRATIQUE D'ÉLECTROTHÉRAPIE	215
	• Exercices d'application	215
	• Contrôle pratique d'électrothérapie	216
	• Solution des exercices	216

ANNEXES

PERFECTIONNEMENT ET FORMATION CONTINUE	221
BIBLIOGRAPHIE	223
INDEX	226